



Meny för leverans vecka 24

Leveransdag är torsdag eller fredag.
Beställning sker tillsammans med hemtjänstens personal, senast 5/6 kl. 10.00.
Maträtt 1-4 är säsongens favoriter och finns alltid att välja mellan.
Smaklig måltid önskar vi på Måltidsservice!

Mer info på
baksidan!



1. Köttfärssås & spaghetti **LR LT ***



2. Grekisk fiskgratäng med oliver & salladsost, serveras med potatismos
GF LR LT



3. Sötsur kycklinggryta med basmatiris
GF LR LT



4. Frukostkorv med pepparrotssås & kokt potatis



5. Morotsoppa med lime, ingefära & salladsost. Serveras med mannagrynspudding & saftsås **LT**



6. Pasta Carbonara med medelhavsgrönsaker **LR LT ***



7. Stekt kycklinglårfilé med enbärssås & rostad kulpotatis **GF LR**



8. Silltallrik med färskpotatis, ägghalvor & räkor **GF LT**

GF = Glutenfri
LR = Laktosreducerad

LT = Lättuggad
*** = Går att få GF, LR & LT**

Information om menyn

Här hittar du information om maträtternas huvudsakliga ingredienser, samt vegetariskt alternativ för dig som har anmält det behovet.

OBS! Har du en kostallergi måste det anmälas, då vissa ingredienser ibland byts ut med kort varsel. Varje vecka kan du beställa till 2 desserter utan kostnad. Observera att desserten inte kan anpassas efter kostallergi eller andra önskemål.

1. Köttfärssås & spaghetti LR LT *

Ingredienser: nötfärs, **pasta**, tomat, morot, brytsockerärta, blomkål, gul lök, vitlök, persilja, oxbuljong, socker, majsstärkelse, flytande margarin, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & ketchup.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk Bolognese & spaghetti

2. Grekisk fiskgratäng med oliver & salladsost, serveras med potatismos GF LR LT

Ingredienser: vit fisk, potatis, **crème fraiche**, **mjölk**, majs, paprika, oliver, saltorkade tomater, chilisås, **smör**, **ost**, basilika, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & citronklyfta.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk gratäng med potatismos

3. Sötsur kycklinggryta med basmatiris GF LR LT

Ingredienser: kycklinglårfilé, basmatiris, purjolök, paprika, zucchini, ananas, **vitvinsvinäger**, gul lök, morot, tomat, socker, majsstärkelse, gräslök, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad.

Vegetariskt alt.: Sötsur gryta med basmatiris

4. Frukostkorv med pepparrotssås & kokt potatis

Ingredienser: frukostkorv (gris, nötkött), potatis, **mjölk**, **vispgrädde**, morot, purjolök, paprika, haricots verts, palsternacka, riven pepparrot (**sulfit**), **smör**, **vetemjöl**, rapsolja, lagerblad, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & riven pepparrot.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk korv med pepparrotssås & kokt potatis

5. Morotssoppa med lime, ingefära & salladsost. Serveras med mannagrynspudding & saftsås LT

Ingredienser: morot, kokosmjölk, **mjölk**, saft (äpple, körsbär, päron, druva), **ost**, **ägg**, gul lök, **mannagryn**, **vispgrädde**, grönsaksfond, socker, chilisås, rapsolja, pressad lime (**sulfit**), potatismjöl, vitlök, riven ingefära, flytande margarin, vaniljsocker, bittermandelarom (**mandelolja**), salt, kryddor.

Serveringsförslag: Bröd med smör & pålägg.

Vegetariskt alt.: Ordinarie rätt är vegetarisk

6. Pasta Carbonara med medelhavsgrönsaker LR LT *

Ingredienser: pasta, bacon, **ost**, **mjölk**, **vispgrädde**, **ägg**, purjolök, gul lök, paprika, zucchini, rapsolja, persilja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad, lite persilja & riven parmesanost.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk Carbonara med medelhavsgrönsaker

7. Stekt kycklinglårfilé med enbärssås & rostad kulpotatis GF LR

Ingredienser: kycklinglårfilé, potatis, **vispgrädde**, **crème fraiche**, morot, zucchini, rödlök, japansk soja (**sojaböna**), majsstärkelse, saft (äpple, svart vinbär, druva, päron), oxbuljong, enbär, flytande margarin, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & gelé.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk filé med enbärssås & rostad kulpotatis

8. Silltallrik med färskpotatis, ägghalvor & räkor GF LT

Ingredienser: potatis, **gräddfil**, **matjessill**, **ägg**, broccoli, blomkål, morot, **sill**, majonnäs (**ägg**, **senapsfrö**), tomat, lök, **senap**, **senapsfrö**, dill, **räkor**, **smör**, gräslök, rapsolja, socker, salt, kryddor.

Serveringsförslag: Färska grönsaker, knäckebröd, smör & ost.

Vegetariskt alt.: Sommartallrik med färskpotatis, inlagd aubergine & ägghalvor

GF = Glutenfri

LT = Lättuggad

LR = Laktosreducerad

* = Går att få GF, LR & LT